

(в помощь тренерам для бесед в старших группах – методический материал)

ВИЧ - это вирус, который передается от человека к человеку, он постепенно разрушает его защитную (иммунную) систему, делая беззащитным перед различными инфекциями и заболеваниями. Заразившись этим вирусом, человек живет с ним, и его называют «человеком, живущим с ВИЧ», «ВИЧ-инфицированным». С момента заражения ВИЧ до развития СПИДа может пройти от 7 до 15 лет. Пока ВИЧ не перешел в стадию СПИДа, инфицированный человек может чувствовать себя хорошо, выглядеть здоровым и даже не подозревать, что заражен, но при этом он может заражать других,

СПИД- это последняя стадия ВИЧ-инфекции. Это смертельное заболевание, когда вся защита организма разрушена, и уже не может бороться против инфекций и болезней. Заболевания, которое человек преодолевает в обычной жизни (например, грипп или воспаление легких) могут стать роковым для людей, у которых СПИД. СПИД быстрее развивается у тех, чье здоровье изначально слабое. Также негативно влияют курение, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков, плохое питание и стрессы.

КАК МОЖНО ОБНАРУЖИТЬ ВИЧ?

ВИЧ МОЖЕТ ЖИТЬ В ОРГАНИЗМЕ 7-15 ЛЕТ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ПОЯВЯТСЯ КАКИЕ-ЛИБО ПРОБЛЕМЫ СО ЗДОРОВЬЕМ.

В это время люди, живущие с ВИЧ, чувствуют себя хорошо и могут не подозревать, что заражены. Есть в организме ВИЧ или нет, может показать только специальный анализ крови- тест на ВИЧ, в медицинском центре. Тест определяет наличие специфических антител к ВИЧ в крови человека.

КАК ПРОИСХОДИТ ЗАРАЖЕНИЕ ВИЧ ?

ВИЧ передается только тремя путями:

- При половом контакте
- Через кровь
- От матери – ребенку

В счастье в большинстве жизненных ситуаций тебе не нужно беспокоиться о заражении ВИЧ, вирус не достигнет тебя сам по себе, не залетит в форточку.

ВИЧ не передается через воздух, рукопожатие, поцелуй. Посуда, одежда, ванна, туалет, плавательный бассейн, сауна, душ, баня тоже безопасны. Комары, клопы и другие кровососы не распространяют ВИЧ.

ВИЧ не заразишься если пить с одного стакана или есть из одной тарелки. Если кто-то случайно чихнул или кашлянул в твою сторону, ты можешь подхватить простуду или грипп, но не ВИЧ-инфекцию.

ЗАРАЖЕНИЕ ЧЕРЕЗ КРОВЬ

Заражение может произойти при переливании крови от ВИЧ-инфицированного донора или при использовании нестерильного медицинского инструмента. Но сейчас этот путь практически исключен. Медики строго следят за этим.

В любом случае необходимо осторожно обращаться с чужой кровью- например, в случае пореза или кровотечениях избегать попадания ее в глаза, в рот, на незажившие ранки или царапины. Через кровь передается не только ВИЧ, но и многие опасные инфекции- например, вирусный гепатит, который в 300 раз заразнее чем ВИЧ. Если чужая кровь попала тебе на кожу или в рану, вымой этот участок мылом, а рану обработай спиртом или зеленкой или обратись в медицинское учреждение.

Но сегодня наиболее часто происходит заражение при употреблении наркотиков внутривенно и внутримышечно, при использовании общих шприцов, игл, набирая наркотики из общей посуды, промывая шприц в общей посуде, используя общий фильтр, а также через готовый раствор наркотика, который может быть заражен при изготовлении.

Также есть опасность заражения ВИЧ-инфекцией в процессе нанесения татуировки и делая пирсинг, если ты делаешь это не в специальных салонах общим инструментом. Процесс нанесения татуировки очень опасен. При нанесении татуировки можно заразиться ВИЧ-инфекцией, гепатитом, сифилисом, туберкулезом, получить заражение крови.

Заразиться можно через общий бритву и зубную щетку. Если ты пользуешься ими вместе со своими друзьями, ты рискуешь заразиться ВИЧ. Помни: бритва и зубная щетка - это только твои личные предметы.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ЗАРАЖЕНИЯ

- Не меняй партнеров, как перчатки. Лучший партнер-любимый, постоянный и единственный.
- Всегда пользуйся презервативом. Даже один раз может оказаться роковым.
- Не употребляй наркотики.
- Требуй стерильные инструменты, когда тебе предстоит медицинская процедура.
- Посещай только имеющих лицензию медицинских работников, стоматологов, тату-мастеров.

**Если ты наплевал на безопасность и совершенно не боишься ВИЧ,
помни: он об этом не знает!**

**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВИЧ ОБНАРУЖИТСЯ?
ЖИТЬ. УЧИТЬСЯ. РАБОТАТЬ.
ОБЩАТЬСЯ. ЛЮБИТЬ.**

**НЕ ПОЗВОЛЯТЬ ВИРУСУ РАЗРУШАТЬ ТВОИ ПЛАНЫ И НАДЕЖДЫ.
ЕСЛИ ЭТО, СЛУЧИЛОСЬ, ОБРАТИСЬ К ВРАЧАМ, ОНИ ТЕБЕ ПОМОГУТ.**